

ATIVIDADES EM CLASSE						ATIVIDADES EXTRACLASSE					
A	B	C	D	Carga Horária	E	A	B	C	D	Carga Horária	E
<b>12</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>3h 20m in.</b>	<b>- Bambuterapia - Aula 8</b> <b>- Historia.</b> <b>- Técnica de relaxamento.</b> <b>- Indicações e contraindicações</b> <b>Aula pratica</b>		<b>7</b>	<b>4</b>		<b>40 min</b>	<b>Montagem dos mapas conceituais</b>
	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>5</b>								
<b>13</b>		<b>5</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>Pedagogias ativas - Dramatização</b> Competência: Conhecimento das técnicas Shiatsu e Bambuterapia. Método Lúdico: Dramatização das técnicas Conteúdo: Abordagem inicial, organização, higienização, vestimenta, cenário, condutas técnicas, presença e participação. Estratégia: Dramatização das técnicas entre os alunos, previamente divididos em grupos, com escolha do tema através de sorteio. <b>Pontuação:</b> Em grupo pontuando cada tópico (até 05 pontos para 2ª avaliação) de acordo com CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO item 8.4.		<b>7</b>	<b>2</b>		<b>40m in.</b>	<b>- Benefícios da acupuntura na estética</b> <b>- Indicação da ventosaterapia na estética</b>
<b>14</b>		<b>4</b>	<b>3</b>	<b>3h 20m in.</b>	<b>- Medicina Oriental</b> <b>- Noções básicas de acupuntura, Auriculo e ventosa.</b> <b>Estética X Medicina tradicional Chinesa</b>		<b>7</b>	<b>2</b>		<b>40m in.</b>	<b>Estudar para prova.</b> <b>Revisar todo conteúdo ministrado e conteúdo de Formação Geral.</b>
	-	-	-	--	<b>Reposição da prova integrada 2014/2</b>		-	-	-	--	--
	-	-	-				-	-	-		

# BAMBUTERAPIA



# **BAMBUTERAPIA**

**TÉCNICA , PROCEDIMENTO,  
INDICAÇÕES, CONTRA –  
INDICAÇÕES, HIGIENIZAÇÃO DAS  
VARAS, SEQUENCIA, MANOBRAS,  
BAMBUTERAPIA FACIAL.**

- A técnica de bambuterapia surgiu na França com o fisioterapeuta francês Gill Amsallem, e possui indicação corporal e facial.
- Outras técnicas podem ser aplicadas junto à do bambu para sofisticação terapêutica: acupuntura, shiatsu, ayurvédica, reflexiologia e drenagem linfática.
- Assim é possível harmonizar o indivíduo, já que um problema estético começa primeiramente com um desequilíbrio energético.





- Para os chineses o bambu representam a força, beleza, leveza e flexibilidade.
- Para a prática da massagem, a preferência é por bambus de superfície regular.
- Essas peças devem ser lixadas e envernizadas, além de não conter qualquer tipo de farpa, ranhura ou dano que possa impedir as manobras.

- A técnica permite ao terapeuta firmeza e precisão no toque ao trabalhar diversas partes do corpo, rosto e extremidades.



## **PROCEDIMENTO**

- O procedimento tem duração média de uma hora.
- O ambiente é todo climatizado, ou seja, preparado com uma música suave e uma iluminação especial (meia-luz).
- A aplicação do bambu deve ser de forma correta em sentido, pressão, direção, velocidade e manobras leves para não machucar de forma alguma o cliente.



- A massagem tem início nos pés, em seguida no corpo todo (frente, costas e laterais) e depois finaliza no rosto.
- As varetas são escolhidas de acordo com a área a ser tratada.
- A assepsia das varetas deve ser realizada com álcool 70%.

- Como as varas de bambu são de tamanhos e diâmetros diferentes agem como se fossem o prolongamento dos dedos, assim oferecem a possibilidade de alcançar todas as regiões corporais, proporcionando novas sensações para quem recebe a massagem

- É completa e bastante eficiente, pois favorece o corpo e a mente, dessa maneira pode ser usada tanto por quem pretende reduzir medidas como para quem quer simplesmente relaxar.



# Indicações

- Eliminação de toxinas, massagem estimulante;
- Modelagem
- Estimulação e tonificação muscular;
- Promove melhora da circulação;
- Melhora de oxigenação e nutrição celular
- Relaxante – Diminui tensões.



# Contra - indicações

- A massagem com bambu apresenta as mesmas contra - indicações da massagem modeladora, relaxante e da drenagem linfática.
- Ex: câncer, trombose, diabetes, etc.

- Antes de iniciar o tratamento é necessário fazer uma avaliação (ficha de anamnese) com um profissional especializado.

# HIGIENIZAÇÃO DAS VARAS

- Retirar excesso do óleo com papel toalha,
- Passar álcool gel 70
- Secar as varas
- Guardar em local arejado

## Sequencia:

- a) Óleo por todo corpo,
- b) DD
- c) Pés
- d) MMII,
- e) Abdômen,
- f) MMSS
- g) Face
- h) DV
- i) Coxa,
- j) MMII
- k) Costas

- I. Sola dos pés – Bambu grosso e fino
- II. Reconhecimento do corpo com varas grandes - As 2 juntas e separadas passando por todo corpo
- III. Preservar os seios
- IV. Manobras tradicionais utilizando as varas com prolongamento das mãos e dedos, facilitando e explorando mais as regiões

# Manobras -

- Troca de marcha – Na coxa fixo na região lateral do joelho a outra extremidade movimentos de anterior para posterior e vice versa, com



